

DIPI

Conocerse mejor. Aprender a convivir.

Intuición, atención y escucha interna



Desarrollo Integral de la Percepción y la Intuición

Una propuesta educativa gratuita para que niños y niñas exploren su intuición, reconozcan lo que sienten y practiquen la escucha y la empatía.

PROPÓSITO Y NECESIDADES EDUCATIVAS

Conectar con uno mismo. Escuchar a los demás.

El DIPI acompaña al alumnado a conocerse mejor y a explorar su intuición. Combina respiración, meditaciones guiadas, movimiento y juegos de percepción. Cada experiencia invita a observar lo que sentimos, compartirlo y relacionarlo con la vida cotidiana.

En una época de pantallas, mensajes y estímulos rápidos, encontrar un momento de calma puede resultar difícil. El DIPI invita a hacer una pausa: aquietar la actividad mental, respirar y abrir un espacio interior para escuchar, imaginar y crear.

Atención

Practicar una pausa y volver a la tarea cuando nos distraemos. Un recurso para momentos de estudio y aprendizaje.

Escucha interna

Reconocer cómo estamos, expresar lo que necesitamos y explorar formas de calmarnos antes de responder.

Confianza

Animarse a participar, comunicar una impresión propia y aprender de la experiencia sin compararse con los demás.

Empatía y convivencia

Escuchar al compañero, cooperar y comprender que podemos vivir una misma situación de maneras diferentes.

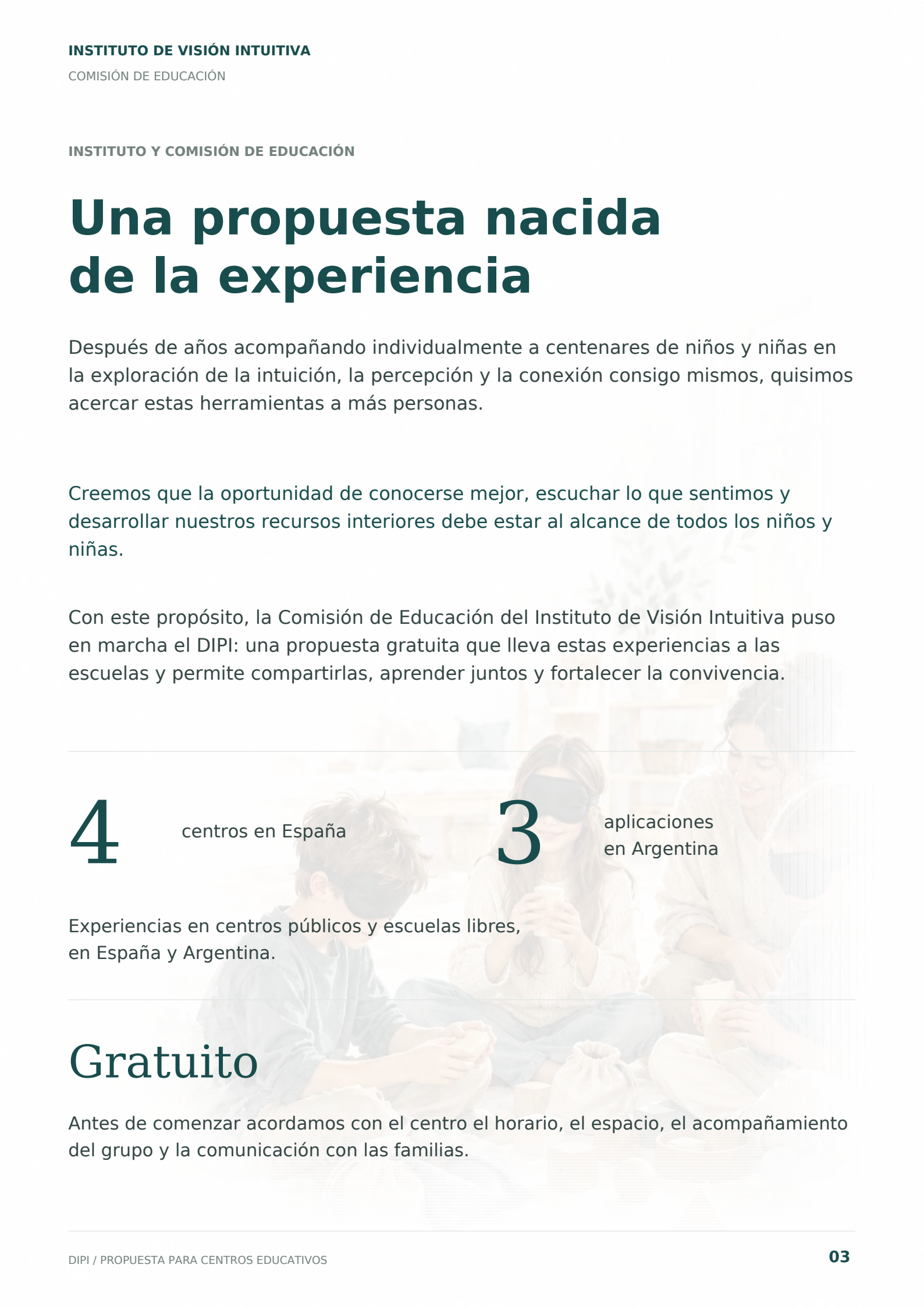
Puede complementar la acción tutorial y la educación emocional del centro. Estos son objetivos de trabajo que acompañamos y valoramos a lo largo del programa.

Una propuesta nacida de la experiencia

Después de años acompañando individualmente a centenares de niños y niñas en la exploración de la intuición, la percepción y la conexión consigo mismos, quisimos acercar estas herramientas a más personas.

Creemos que la oportunidad de conocerse mejor, escuchar lo que sentimos y desarrollar nuestros recursos interiores debe estar al alcance de todos los niños y niñas.

Con este propósito, la Comisión de Educación del Instituto de Visión Intuitiva puso en marcha el DIPI: una propuesta gratuita que lleva estas experiencias a las escuelas y permite compartirlas, aprender juntos y fortalecer la convivencia.



4

centros en España

3

aplicaciones
en Argentina

Experiencias en centros públicos y escuelas libres,
en España y Argentina.

Gratuito

Antes de comenzar acordamos con el centro el horario, el espacio, el acompañamiento del grupo y la comunicación con las familias.

Ocho encuentros. Un proceso compartido.

Una sesión semanal durante ocho semanas. Horario acordado con el centro, con posibilidad de realizarlo dentro de la jornada escolar. Duración acordada con el centro: 90 o 120 minutos.

01 **Conexión con uno mismo**

Reconocer el cuerpo y las sensaciones como punto de partida. Practicar la atención y la escucha interna e iniciar la exploración perceptiva e intuitiva.

02 **Emociones y creatividad**

Reconocer y expresar las emociones. Explorar la respiración, la imaginación y la creatividad como recursos para comprender lo que sentimos.

03 **Confianza y autenticidad**

Reconocer las propias capacidades y atreverse a participar. Acompañar el miedo, la vergüenza o la inseguridad con respeto al propio ritmo.

04 **Empatía y conexión con los demás**

Practicar el cuidado personal y del grupo. Reconocer emociones propias y ajenas, explorar la autorregulación y fortalecer vínculos respetuosos.

Expresar, percibir e integrar lo aprendido

Cada encuentro retoma aprendizajes anteriores. El trabajo individual se combina con actividades en parejas y propuestas de cooperación.

05 Escucha y comunicación

Explorar la voz y el tono como formas de expresión. Practicar la escucha activa, la sinceridad y el respeto al comunicar lo que sentimos.

06 Imaginación, atención y visualización

Representar imágenes y situaciones internamente. Practicar la observación, la memoria perceptiva y la concentración mediante juegos y propuestas guiadas.

07 Intuición y percepción consciente

Integrar la atención y la escucha interna en actividades con imágenes, colores, formas y objetos. Expresar primeras impresiones y contrastarlas cuando sea posible.

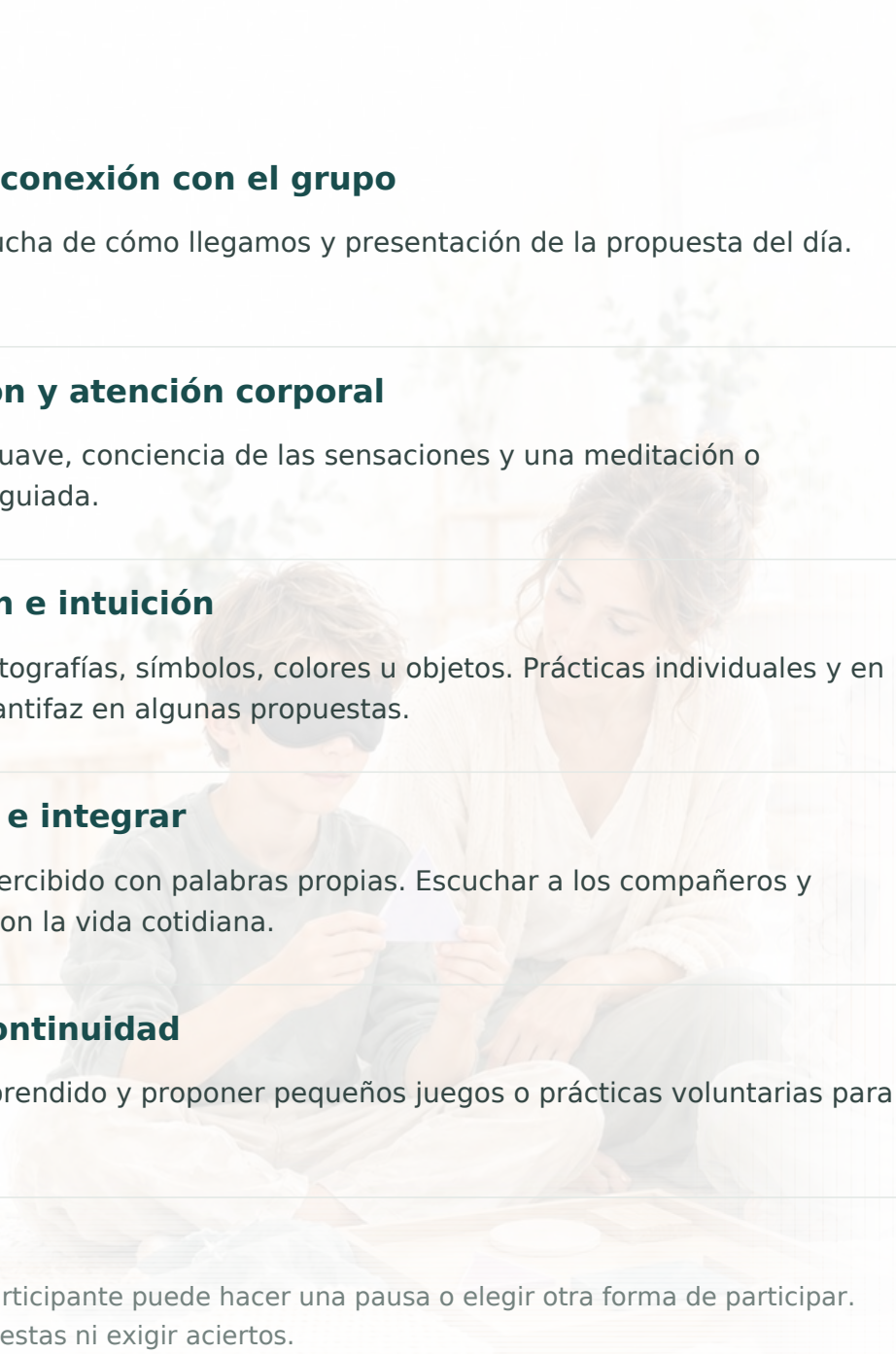
08 Integración y autonomía

Reconocer lo vivido a lo largo del programa. Poner en práctica los recursos aprendidos y descubrir cómo seguir utilizándolos en el aula y en casa.

CÓMO FUNCIONA UNA SESIÓN

Cómo vivimos una sesión

Un ejemplo de encuentro de 90 minutos. El equipo adapta los tiempos al grupo y a la duración acordada con el centro.



10 min	Llegada y conexión con el grupo Acogida, escucha de cómo llegamos y presentación de la propuesta del día.
15 min	Respiración y atención corporal Movimiento suave, conciencia de las sensaciones y una meditación o visualización guiada.
40 min	Percepción e intuición Juegos con fotografías, símbolos, colores u objetos. Prácticas individuales y en parejas, con antifaz en algunas propuestas.
15 min	Compartir e integrar Describir lo percibido con palabras propias. Escuchar a los compañeros y relacionarlo con la vida cotidiana.
10 min	Cierre y continuidad Recoger lo aprendido y proponer pequeños juegos o prácticas voluntarias para la semana.

El antifaz es voluntario. Cada participante puede hacer una pausa o elegir otra forma de participar. Acompañamos sin sugerir respuestas ni exigir aciertos.

Un recorrido acompañado

La confianza empieza por comprender qué vamos a hacer. Antes de comenzar, el centro y las familias reciben una explicación clara del programa y de las actividades propuestas.

Qué harán los niños y las niñas

Practicarán respiraciones y meditaciones guiadas. Participarán en juegos individuales, en parejas y en grupo. Explorarán sensaciones e impresiones con imágenes, colores, símbolos y objetos, utilizando el antifaz en algunas actividades. Al terminar compartirán lo vivido.

Cómo cuidamos la experiencia

El antifaz es voluntario. Cada participante puede hacer una pausa o elegir otra forma de participar. Escuchamos sus palabras sin anticipar respuestas y reconocemos la atención, la curiosidad y el respeto. Cada niño tiene su ritmo; los aciertos no definen su progreso.

Qué aportan la escuela y las familias

El docente de referencia ayuda a relacionar las experiencias con el grupo y la vida del aula. Las familias pueden acompañar los pequeños retos voluntarios de la semana y compartir lo que observan. Acordamos el seguimiento y las autorizaciones antes de empezar.

Una pausa antes de una tarea. Poner palabras a una emoción. Escuchar a un compañero. Ahí queremos que lo aprendido encuentre su lugar.

LA EXPERIENCIA DEL PROGRAMA

Lo que hemos observado

Las valoraciones y los registros del programa destacan avances en atención, confianza, calma y relaciones con los compañeros.

Se generó un ambiente de convivencia extraordinario.

Centro Educativo Juan Salvador Gaviota, Argentina · Valoración resumida.

«Valoramos muy positivamente la capacidad de concentración que ha mostrado la gran mayoría durante buena parte de las sesiones».

Escuela pública de Catalunya · Equipo del Instituto (traducción adaptada).

«Más confianza y seguridad en uno mismo».

Escuela pública de Catalunya · Síntesis de las respuestas del alumnado (traducción).

Seguimiento individual · Centro Educativo Juan Salvador Gaviota, Argentina

Atención sostenida	En algunos participantes, mayor tiempo de concentración, mejor seguimiento de consignas y menos interrupciones.
Calma y autorregulación	Uso de la respiración para centrarse y pausas que permiten recuperar la calma y retomar una tarea.
Confianza y expresión	Mayor disposición para participar y comunicar impresiones, sensaciones y emociones propias.
Cooperación y escucha	Consulta entre compañeros, decisiones compartidas y colaboración en las propuestas grupales.
Perseverancia y autonomía	Continuar aunque algo no salga como se esperaba, probar otras estrategias y revisar las propias respuestas.
Curiosidad y creatividad	Exploración de materiales y sensaciones, asociaciones imaginativas y expresión de imágenes internas.

Observaciones cualitativas del seguimiento individual. La evolución varía según el participante y la actividad.

Seguimiento compartido

Recogemos la experiencia del alumnado, docentes, facilitadores y familias. Compartimos un informe final para aprender de cada aplicación y mejorar el programa.

EMPEZAR / QUÉ NECESITAMOS

Poner en marcha el DIPI en vuestro centro

El programa es gratuito. Necesitamos condiciones para trabajar con tranquilidad y un acompañamiento del centro durante las ocho semanas.

Qué necesitamos del centro

Un grupo estable	Niños y niñas de 10 a 12 años que participen en las ocho sesiones. Cuatro participantes por coach si trabaja solo; un máximo de seis por coach cuando trabaja un equipo.
Una franja horaria fija	Una sesión semanal durante ocho semanas, de 90 o 120 minutos, preferiblemente dentro de la jornada escolar.
Un espacio tranquilo	Amplio para movernos, con buena acústica y sin interrupciones. Si es posible, el mismo durante todo el programa.
Un docente de referencia	Una persona del centro que acompañe las sesiones, haga de enlace con el centro y las familias y conecte lo vivido con la vida del aula.
Familias y autorizaciones	Información previa y consentimiento familiar para participar. La autorización de imagen es aparte, voluntaria y revocable.

Cómo empezamos

- 01 Conversación con el centro**
Resolvemos dudas y valoramos el encaje en vuestro proyecto educativo.
- 02 Presentación y aprobación**
Presentamos el programa al claustro y a las familias y solicitamos la aprobación del consejo escolar.
- 03 Acuerdo y preparación**
Fijamos grupo, calendario, espacio y docente de referencia; recogemos las autorizaciones.
- 04 Inicio de las ocho sesiones**
Un canal de comunicación con el maestro responsable del aula permite coordinar las dinámicas.
- 05 Evaluación y análisis de los resultados**
Con una breve valoración del docente y del alumnado, estudiamos los cambios observados para mejorar el programa y acercarlo a más centros. Nuestro equipo se encarga de recoger y analizar los datos.

Qué recibe el centro al terminar

Un informe final con las observaciones del grupo, las valoraciones del alumnado, las familias y el equipo docente, y propuestas para seguir en el aula.